

# ふきのと

2009  
夏号  
No.027



今年度、当院では7名もの研修医を迎えることができました。  
当院における臨床研修指定病院としての基本的なスタンスを一言で言えば、あらゆる意味で“まともな”医師を育てるところにあります。  
研修修了後、どこの施設や科に進んでも通用する普遍的な知識や技術の習得と、医療チームの「核」たる存在としてふさわしい良識ある医師の在り方を指導していきたいと考えています。  
当院での研修が、楽しく実りあるものになることを期待しています。

卒後臨床研修センター長 中川 正康



# 外来ナースステーションを開設しました。

看護部では、患者さんやそのご家族、地域住民の皆様が困った時に気軽に利用できる病院を目指し、外来ナースステーションを開設しました。健康相談などを受ける相談窓口と、専門性を生かした継続看護を提供する看護専門外来を併設し稼働しています。

6月の1ヶ月間で290名の方が看護相談カウンターに立ち寄り、気軽に利用していただいております。皆様と病院を結ぶ架け橋として活動していきたいと考えております。

## 平成21年6月1日開設 看護相談窓口

お気軽にお声を  
かけてください。

月～金 平日午前9時～12時まで様々な疑問・質問にお答えします。

このような相談にお答えします！  
(内容によっては即答できない場合もあります)

- ◎診察や検査の場所が分からない…
- ◎初めて入院することになったが入院生活について知りたい…
- ◎病気について説明を聞いたがよくわからなかった…
- ◎次回受診時に行く検査の説明を聞いたがよくわからなかった…



## + 看護専門外来

平成21年7月1日開設

### がん看護外来のご案内

#### ◆担当看護師と実施日

石川 千夏 (緩和ケア認定看護師)  
毎週火曜日：午前9時～12時30分

#### ◆予約方法

初回は、外来の主治医からの紹介により受診できます(完全予約制)  
以後看護師と相談し予約してください。

#### ◆診療による自己負担

がん性疼痛緩和指導管理料  
☆1,000円(月1回)

1割負担の方…………… 100円  
3割負担の方…………… 300円

※医療用麻薬を使用している方に対する管理料であり、外来での医師の診察時にいただいているので重複して請求することはありません。

上記以外の各種相談については無料です

#### <がん看護外来で行っている内容>

患者さん・ご家族が抱える辛い症状や不安、悩みを少しでも緩和できるようにお手伝いさせていただきます。  
お気軽にご相談ください。

#### 【相談例】

- ★がんに伴う辛い症状の緩和に関する相談
- ★患者さんの不安や悩みに関する相談
- ★ご家族の不安や悩みに関する相談
- ★医療用麻薬を内服する上での生活指導

### 感染管理相談外来のご案内

#### ◆担当看護師と実施日

佐藤 由紀子 (感染管理認定看護師)  
毎週水曜日：午前9時～12時(予約制)

#### ◆予約方法

主治医からの紹介がなくてもご利用できます。  
外来ナースステーションに直接または電話でお申し込みください。

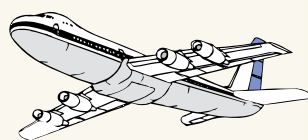
#### ◆診療による自己負担

感染管理相談外来においては、保険診療による自己負担金はありません。

#### <感染管理相談外来で行っている内容>

感染症またはその疑いがあると診断された方やご家庭で医療器具を使用されている方、ご家族、介護されている方を対象としています。

また、海外渡航前後での感染症に対する不安や予防方法など、日常生活のなかでの感染予防についてお困りのことがありましたら、お気軽にご相談ください。



#### 【相談例】

- ★感染性胃腸炎のときに日常生活で気をつける点は？
- ★自宅で経腸栄養を行う時の物品の消毒方法は？
- ★海外旅行から帰ってきてから感染症が心配…
- ★その他、正しい手洗いの方法、マスクのつけ方は？など

### ストーマケア看護外来のご案内

#### ◆担当看護師と実施日

菊地 香織 (皮膚・排泄ケア認定看護師)  
毎週水曜日：午後1時～3時  
毎週木曜日：午後1時～3時

#### ◆予約方法

外来の主治医からの紹介により受診できます(完全予約制)  
以後看護師と相談し予約してください。

#### ◆診療による自己負担

##### 在宅療養管理料

☆1,700円(月1回)

1割負担の方…………… 170円  
3割負担の方…………… 510円

##### ストーマケア

☆700円

1割負担の方…………… 70円  
3割負担の方…………… 210円

#### <ストーマケア看護外来で行っている内容>

ストーマ(人工肛門、人工膀胱)を保有されている方が日常生活をより快適に過ごされるようストーマケアを専門とする皮膚・排泄ケア認定看護師がお手伝いします。

#### 【相談例】

- ★ストーマやその周囲の皮膚ケアに対するお悩み
- ★ストーマケア全般の困りごと
- ★日常生活について
- ★新商品の紹介 など

# 熱中症について

毎年夏になると、救急外来へ熱中症の方が運ばれてきます。まずは予防が大事ですので、救急診療部長 円山先生にお話を伺いました。



救急診療部長  
円山 啓司先生

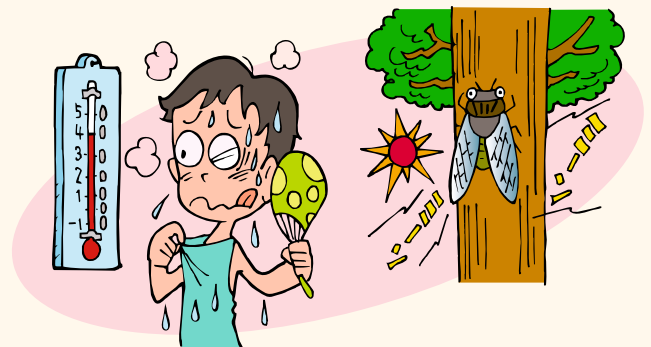
肝臓や筋肉からの熱の産生と、皮膚や肺からの熱の喪失のバランスが取れるように、脳で体温調整を行っています。このバランスが高温環境下で崩れた状態が熱中症です。

気温が上がると、皮膚血管が拡張し、皮膚の血流を増やし、皮膚から伝導等によって体温を下げようとします。そのため、脳への血流は減少し、立ちくらみ、めまい、失神といった症状が現れます。さらに気温が上がると、汗を蒸発させて体温を下げようとします。そのため、汗に含まれている水と塩分が不足し、痛みを伴う筋肉痙攣、血圧低下などが現れてきます。さらに気温が上がり、汗もかけなくなると、もはや体温調節能力は破たんし、意識障害、肝障害、腎障害などの多臓器障害から死に至ることもあります。つまり、皮膚が乾燥し、汗もかいてない状態は最も危険な状態と言えます。

人の体は60%が水です。こんなにあるなら少

しぐらい水を飲まなくても大丈夫と考えがちです。でも体重の3%の水分喪失は、運動能力や体温調整能力を低下させますので、少なくとも運動前後あるいは1日の体重減少が2%以内になるように水分を補給するようにしてください。運動中に水を飲むのは精神がたるんでいる証拠だと昔はよく言ったものですが、これは大きな間違いです。運動しなくても暑いと汗をかき、脱水になります。喉の渇きを感じても十分に水分を取らないでいると、やがて重篤な熱中症を引き起こします。高齢者は喉の渇きの訴えをあまりしませんので、特に熱中症には注意が必要です。

これからの暑い夏、熱中症にかからないために、こまめに水分を補給することが大切です。もちろん、たくさん汗をかいた時には、塩分の補給も必要です。



## 夏バテ予防の食事法

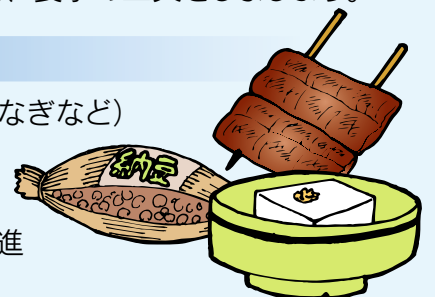
夏は暑さによって「暑い→だるい→食欲がない→清涼飲料水やビールの飲みすぎ→消化力の衰え→食欲がない」という悪循環が起こったりします。

夏バテを予防する食事は、栄養バランスの良い食事が基本ですが、食欲がない時は「量より質」を心がけましょう。良質のたんぱく質とビタミン、ミネラルをしっかり摂ることが必要で、納豆・冷奴などの大豆製品や、牛乳・乳製品などをおすすめします。清涼飲料水やビールの飲み過ぎは、消化・吸収機能を弱めるので注意が必要です。

夏バテにならないために、香辛料や酸味等で食欲をアップさせるなど、食事の工夫をしましょう。

### 量より質が大切

- ① 良質たんぱく質を十分に摂る（冷奴、納豆、枝豆、豚肉の冷しゃぶ、うなぎなど）
- ② たっぷりの野菜と毎日の果物でビタミン・ミネラルをしっかり摂る
- ③ ビールや清涼飲料水を飲み過ぎないように
- ④ 香辛料（カレー粉、わさび、生姜など）や酸味（酢の物など）で食欲増進





## 職種紹介 臨床工学技士

臨床工学技士 (CET: Clinical Engineering Technologist) は、「医療機器の高度化や複雑化に対応し、専門的な知識と技術を持って生命維持管理装置の操作及び保守管理を行うこと」を目的に制定された医療国家資格です。院内では医師や看護師、その他コメディカルとともに、ICUや手術室、病棟等において、チーム医療の一員として業務に取り組んでいます。

臨床工学技士の業務は、「臨床技術提供業務」と「医療機器管理業務」に大別されますが、当院では主に下記の業務を行っています。

### ①臨床技術提供業務

医療機器を使用する際に臨床工学技士の技術が必要とする業務で、人工心肺、補助循環 (IABP、PCPS)、心臓・血管カテーテル治療、ペースメー

力関連、血液浄化療法、人工呼吸療法、RFA装置などの操作及び保守管理を行っています。

### ②医療機器管理業務

医療機器の安全使用や安全管理を目的とした業務で、生命維持管理装置や輸液・シリンジポンプ、モニタ類などの日常点検や定期点検、故障時対応等を行っています。また、医療機器に関する教育関連業務も行っています。



## 「市民のための呼吸教室」を開催しました。

6月20日(土)に当院外来ホールで市民のための呼吸教室を開催しました。

「小児喘息との付き合い方」をテーマに小児科医師、薬剤師、理学療法士がお話ししたほか、ストレッチ体操の実技指導なども行いました。

今後も、毎月第2木曜日開催の呼吸教室と併せて、呼吸器疾患に関する各種情報をお伝えしていく予定ですので、お気軽にご参加ください。



## ●● 緩和ケア教室開催のお知らせ ●●

**開催日** 平成21年8月20日(木)

**受付** 午後1時～

**講義** 午後1時30分～2時30分

**場所** 市立秋田総合病院  
2階 ナースセンター

**対象** がん患者さんやそのご家族、  
緩和ケアに興味のある方

**内容** 「がんの痛みについて」をテーマに、医師や看護師がお話しします。

※参加費無料。 ※事前申し込み必要なし。直接会場へ。

**問い合わせ先** 市立秋田総合病院 緩和ケアチーム  
電話 018-823-4171



## 秋田県小児アレルギーフォーラム 2009

**日時** 平成21年10月4日(日)  
午前9時30分～12時

**会場** 秋田拠点センターアルヴェ 4階

**内容** 「食物アレルギー～家庭、教育、保育、栄養、医療が手をつなごう～」をテーマに、医師による講演やミニワークショップなど。

**対象** どなたでも参加できます。

**主催** 秋田県小児保健会、秋田県学校保健会、  
市立秋田総合病院  
(実行委員長：小児科 小泉ひろみ)

### 問い合わせ先

秋田県食物アレルギーネット事務局 小松真紀  
(秋田組合総合病院 秋田県小児保健会事務局内)  
TEL 018-880-3000 FAX 018-880-3040

## 市立秋田総合病院

### 理念

- 市立秋田総合病院は、すべての人々の幸福のため、良質で安全な医療を提供し続けることを目指します。

### 基本方針

- 患者さんに信頼されるあたたかい、心の通い合う医療を行います。
- 多様化する医療への要望に応えるために、常に医療水準の向上に努め、地域の中核病院としての役割を果たします。
- 患者さんの権利や意思を尊重し、十分な診療情報の提供と相互理解に基づく医療を行います。
- 医療の安全のさらなる向上に努めます。
- 良質な医療を提供していくために、健全な病院経営を目指し、業務の改善と効率的な運営に努めます。

編集・発行／市立秋田総合病院 平成21年7月31日発行

〒010-0933 秋田県秋田市川元松丘町4番30号 Tel(代表):018-823-4171 Fax:018-866-7026

E-mail: ro-homn@city.akita.akita.jp http://www.city.akita.akita.jp/city/ho/newho/default.htm